



KARLSHÖHE LUDWIGSBURG

Pressemitteilung

Kontakt: René Burtscher ♦ **Telefon:** (07141) 965-1142 ♦ **Mobil:** 017610223994
Email: rene.burtscher@karlshoehe.de ♦ **Anschrift:** Auf der Karlshöhe 3 - 71638 Ludwigsburg

Fachtag: Digitale Medien und psychische Gesundheit – Jugendliche stärken in einer digitalen Welt

Ludwigsburg, 16.10.2025 – Das Ausbildungszentrum (AZK) der Stiftung Karlshöhe Ludwigsburg stellt sich einer der drängendsten Herausforderungen unserer Zeit: Wie können Jugendliche in einer digitalen Welt gestärkt werden? Unter dem Titel „Digitale Medien und psychische Gesundheit – Jugendliche stärken in einer digitalen Welt“ lädt das AZK am 16. Oktober 2025 zu einem Fachtag ein, der sich mit den Chancen und Risiken sozialer Medien sowie deren Einfluss auf die psychische Gesundheit junger Menschen beschäftigt.

Soziale Medien eröffnen neue Möglichkeiten, erzeugen aber auch erheblichen Druck durch ständigen Vergleich und digitale Dauerpräsenz. Das Gefühl, ständig etwas zu verpassen – bekannt als *Fear of Missing Out (FOMO)* – prägt den Alltag vieler Jugendlicher. „Wir nehmen diese Herausforderung ernst und setzen konzeptionelle Schwerpunkte, um unsere Rehabilitanden zu stärken und ihnen gesunde Perspektiven im digitalen Alltag zu geben“, erklärt Martina Tetz, Leiterin des AZK.

Als Referentin konnte Dr. Sandra Waeldin, Psychologin und Gesellschaftlerin der Vivio Stressmanagement OHG, gewonnen werden. Sie wird praxisnah aufzeigen, wie Jugendliche unterstützt werden können, um dem digitalen Druck standzuhalten und Resilienz aufzubauen.

Geplant und durchgeführt wird der Fachtag von Karlshöher Psychologin Dr. Sabette Elter.

Wann: 16. Oktober 2025, 09:00 Uhr – 16:30 Uhr

Wo: Ausbildungszentrum der Karlshöhe Ludwigsburg

Die Stiftung Karlshöhe Ludwigsburg steht seit ihrer Gründung im Jahr 1876 für diakonisch-innovative Angebote und gelebte christliche Nächstenliebe. Im Jahr 1876 wurde das erste Kinderheim auf der Karlshöhe in Betrieb genommen. 1879 folgte die erste Senioreneinrichtung. Rund 720 Mitarbeitende setzen sich ein für Menschen mit körperlichen und geistigen Behinderungen, Seniorinnen und Senioren, Kinder und Jugendliche sowie für Personen mit besonderen sozialen Problemen und psychischen Erkrankungen. www.karlshoehe.de; <https://km.karlshoehe.de>; <https://km.karlshoehe.de/karriere/>; <https://www.instagram.com/karlshoeheludwigsburg/>; <https://www.facebook.com/karlshoehe>;